



給食予定献立表



米崎保育園
3歳未満児

今月の予定平均栄養量

エネルギー：552kcal
たんぱく質：20.2g
脂 肪：17.7g

食事前には必ず手を洗いましょう!!

湿度の上昇するこの梅雨の時期は、細菌類の繁殖期でもあります。特に食中毒には気をつけたいものです。予防策として手洗い・うがいから始めましょう。食事の前だけでなく、トイレ後や外から帰宅した際にもよく洗いましょう。
また、お弁当箱やお箸セットもすみずみまで洗い、きれいな布巾で拭くか、よく乾かしてから使いましょう。



1日(土)

手作り弁当の日



3日(月)

4日(火)

5日(水)

6日(木)

7日(金)

8日(土)

おやつ	豆乳・せんべい	牛乳・せんべい	りんごジュース・ビスケット	牛乳・せんべい	ヨーグルト	牛乳・せんべい
主食 副食	ごはん かつおの甘露煮 切り干し大根炒り煮 お芋のだんご汁 オレンジ	しらすごはん がんもの含め煮 大徳寺和え 五目味噌汁 キウイフルーツ	ごはん あぶたま ごまもやし じゃが芋と青菜の味噌汁 ミニトマト	ごはん レバーのケチャップ和え 春雨酢の物 若布コーンスープ グレープフルーツ	ごはん ミートローフ スパゲティーサラダ ラーメン入りかきたま汁 オレンジ	ごはん 鶏ごま煮 ポテトサラダ 豆腐の味噌汁 ミニトマト
おやつ	バナナケーキ・牛乳	あべかわもち・牛乳	きな粉揚げパン・牛乳	ヨーグルトゼリー・せんべい	パインきんとん・牛乳	

10日(月)

11日(火)

12日(水)

13日(木)

14日(金)

15日(土)

おやつ	牛乳・せんべい	飲むヨーグルト・サブレ	牛乳・せんべい	りんごジュース・せんべい	バナナ	牛乳・せんべい
主食 副食	ごはん ツナとチーズの卵焼き いんげんのサラダ カレー汁 グレープフルーツ	ごはん 鶏真薯 もやしとピーマンの中華和え キャベツと油揚げの味噌汁 ミニトマト	ごはん 鯖の味噌煮 ひじき炒り煮 かにぼっとう オレンジ	ごはん 変わり納豆 南瓜含め煮 豚汁 バナナ	ごはん 野菜ロールカツ ごま酢キャベツ 茄子の味噌汁 さくらんぼ	ごはん はんぺんのチーズ焼き 茄子炒め 若布の味噌汁 バナナ
おやつ	ごままんじゅう・牛乳	チーズクッキー・牛乳	フレンチトースト・牛乳	大学芋・牛乳	あじさいヨーグルト・せんべい	

17日(月)

18日(火)

19日(水)

20日(木)

21日(金)

22日(土)

おやつ	豆乳・せんべい	牛乳・せんべい	牛乳・せんべい	牛乳・せんべい	バナナ	牛乳・せんべい
主食 副食	ごはん 魚の味噌焼き キャベツのごま豆腐和え 高野豆腐の味噌汁 キウイフルーツ	ごはん 五目大豆 青菜としめじのお浸し 大根汁 バナナ	ごはん ゆで卵ミートソースかけ ジャーマンポテト きのこスープ オレンジ	ごはん 厚焼き卵 利休和え・煮豆 しめじの味噌汁 さくらんぼ	ごはん 生姜焼き 切り干しサラダ 豆腐とほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	ごはん じゃが芋のそぼろ煮 玉ねぎとベーコンのカレー炒め 青菜の味噌汁 オレンジ
おやつ	さつま芋入りおもち・牛乳	ずんだだんご・牛乳	ジョア・せんべい	レアチーズ・せんべい	フルーツサンド・牛乳	

24日(月)

25日(火)

26日(水)

27日(木)

28日(金)

29日(土)

おやつ	りんごジュース・せんべい	牛乳・せんべい	ヨーグルト	ヤクルト・せんべい	バナナ	牛乳・せんべい
主食 副食	ごはん 麻婆茄子 中華風サラダ 若布スープ ミニトマト	ごはん 炒り鶏 青菜和え 白菜と人参のみそ汁 キウイフルーツ	卵ごはん 魚の竜田揚げ 大根サラダ 味噌けんちん汁 グレープフルーツ	【お誕生会】 ビビンバ カリフラワーのサラダ コンソメスープ さくらんぼ	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニツナサラダ コーンとキャベツのスープ オレンジ	ごはん 焼きビーフン コーンサラダ 卵スープ バナナ
おやつ	甘食・牛乳	さつま芋素揚げ・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳	ケーキ・牛乳	ピザトースト・牛乳	